

Школа		МБОУ СОШ № 111 О/Л 11-17 лет			Отд./корп		ДРУЖБА		День		06.07.2023	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак		14	Масло сливочное	1/10	7,46	66,1	0,08	7,26	0,14			
		223	Запеканка творожная сг. молоком	1/200/20	88,07	463,00	31,90	24,50	61,80			
	гор.напиток	459	Чай сахаром лимонном	200/10/7	2,61	40,00	0,30	0,10	9,50			
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,88	94,60	3,20	0,41	19,37			
	фрукты	338	Банан	1/200	30,93	200,00	2,90	0,00	47,20			
					130,95	863,70	38,38	32,27	138,01			
Обед	закуска	71	Огурец свежий	1/100	7,12	16,00	0,83	0,00	3,33			
	1 блюдо	88	Щи св. капусты картофелем	1/250/5	9,30	144,75	1,74	4,89	9,20			
	2 блюдо	281	Котлета запеченные соусом молочным	1/100/5	51,83	263,50	11,64	12,90	9,98			
	гарнир	305	Рис припущенный	1/180/5	10,25	200,00	3,64	4,30	26,67			
	сладкое	352	Кисель св. яблок	1/200	5,40	139,20	0,30	0,00	34,50			
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,99	69,60	2,64	0,48	13,36			
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	1/40	1,88	94,60	3,20	0,41	19,37			
					87,77	927,65	23,99	22,98	116,41			

